QUELQUES CONSIDÉRATIONS

N° 202.

SUR

LA CONVALESCENCE;

THÈSE

Présentée et soutenue à la Faculté de Médecine de Paris, le 9 août 1830, pour obtenir le grade de Docteur en médecine;

PAR FRANÇOIS-AUGUSTIN GRÉZEAU, de Bordeaux,

Département de la Gironde.

.... Miseris succurrere disco.

A PARIS,

DE L'IMPRIMERIE DE DIDOT LE JEUNE,

Imprimeur de la Faculté de Médecine, rue des Maçons-Sorbonne, n°. 13.

1830.

FACULTÉ DE MÉDECINE DE PARIS.

Professeurs.

M. LANDRÉ BEAUVAIS, Doyen.	Messieurs.
Anatomie	CRUVEILHIER.
Physiologie	DUMÉRIL.
Chimie médicale	ORFILA.
Physique médicale	PELLETAN.
Histoire naturelle médicale	CLARION, *Examinateur*
Pharmacologie	GUILBERT.
Hygiène	ANDRAL.
Pathologie chirurgicale	MARJOLIN. ROUX.
Pathologie médicale	FIZEAU. FOUQUIER.
Opérations et appareils	RICHERAND.
Thérapeutique et matière médicale	ALIBERT.
Médecine légale	ADELON.
Accouchemens, maladies des femmes en couches et des enfans nouveau-nés	MOREAU, *Suppléant.*
Clinique médicale	CAYOL. CHOMEL. LANDRÉ-BEAUVAIS. RÉCAMIER.
Clinique chirurgicale	BOUGON, *Président.* BOYER. DUBOIS, *Examinateur.* DUPUYTREN.
Clinique d'accouchemens	DENEUX, *Examinateur.*

Professeurs honoraires.

MM. DE JUSSIEU, DES GENETTES, DEYEUX, LALLEMENT, LEROUX.

Agrégés en exercice.

Messieurs	Messieurs
Baudelocque, *Examinateur.*	Dubled.
Bayle.	Dubois.
Bérard.	Gerdy.
Blandin.	Gibert.
Bouillaud, *Suppléant.*	Hatin.
Bouvier.	Lisfranc.
Briquet.	Martin Solon.
Brongniart.	Piorry.
Cloquet.	Rochoux.
Cottereau.	Sandras.
Dance.	Trousseau.
Devergie.	Velpeau, *Examinateur.*

Par délibération du 9 décembre 1798, l'École a arrêté que les opinions émises dans les dissertations qui lui seront présentées doivent être considérées comme propres à leurs auteurs, qu'elle n'entend leur donner ni approbation, ni improbation.

A MON PÈRE

ET

A MA MÈRE.

A MON BEAU-FRÈRE,

BERNARD MARÉCHAL.

Comme un témoignage de mon amitié et de ma reconnaissance.

GRÉZEAU.

A MON FRÈRE

ET

A MA MÈRE.

QUELQUES CONSIDÉRATIONS

SUR

LA CONVALESCENCE.

Il ne suffit pas au médecin d'avoir beaucoup contribué à la guérison de celui qui s'est confié à ses soins, il doit encore éloigner les causes qui sans cesse viendraient nuire à ce beau résultat, et ne manqueraient pas d'écrouler un aussi fragile édifice. C'est avec la plus grande attention qu'il doit alors surveiller l'action de cette foule d'agens extérieurs et intérieurs, dont la force, proportionnée à l'état de nos organes, est si nécessaire à l'harmonie et à l'intégrité de nos fonctions. N'est-ce pas surtout pendant la convalescence qu'il doit avoir présent à l'esprit ce précepte du père de la médecine : *oportet non modo se ipsum exibere quæ oportet facientem, sed etiam ægrum, et præsentes, et externa.*

On peut définir la convalescence : l'état qui succède à une grave maladie, et pendant la durée duquel la nutrition donne aux organes le degré de force et d'embonpoint nécessaires au libre exercice de toutes les fonctions. La nutrition, en effet, peut seule, par l'excitation et le ton qu'elle communique aux organes, les inviter à un exercice

doux et facile, et produire peu à peu cet équilibre des fonctions, ce sentiment général de bien-être qui caractérisent la santé.

La disparition des symptômes qui traduisaient à nos yeux la maladie, et quelquefois ces évacuations spontanées que l'on appelle *crises*, peuvent être considérées comme les prodrômes de la convalescence, lorsqu'elles sont accompagnées des signes que je vais énoncer; mais elle ne sauraient posséder la même valeur lorsqu'elles sont seules, et ne peuvent alors annoncer autre chose que l'affection est passée à l'état chronique ou latent : c'est la convalescence fausse des auteurs. Les véritables signes sont : le calme et la sérénité des traits de la face, qui porte l'empreinte de l'espérance et de la gaîté; la clarté des sensations, la facilité des perceptions, des yeux moins ternes et un regard plus assuré; la pâleur des pommettes, qui étaient rouges dans les maladies franchement inflammatoires; un sommeil paisible et réparateur, un sentiment général de bien-être, le retour des passions douces et bienveillantes du malade, qui naguère était irascible et soupçonneux; un pouls développé et assez plein, une respiration facile, la fraîcheur de la peau, le retour de l'appétit, la liberté des sécrétions, et surtout le recouvrement des forces et de l'embonpoint, qui sont les signes indispensables de la convalescence. Je vais, en suivant l'ordre des fonctions, examiner les principaux de ces signes, pour tâcher de reconnaître la valeur respective de chacun d'eux.

L'appétit est sans contredit le meilleur signe de la convalescence, lorsqu'il est accompagné du bon goût des alimens et de la facilité de la digestion. Ces phénomènes annoncent le besoin de ton et de réparation des organes, et surtout la grande activité absorbante de la membrane muqueuse des voies digestives, qui, comme toutes les autres surfaces de l'économie, est douée de cette faculté à un haut degré chez les convalescens. Cependant l'appétit est quelquefois factice, et les alimens, pris en petite quantité, occasionent une pesanteur à l'épigastre, une céphalalgie susorbitaire, une accélération du pouls, des rapports, des nausées, et mêmes des vomissemens; la

langue offre alors un enduit limoneux avec une légère rougeur à ses bords et à sa pointe.

L'absorption, ai-je dit, est très-active sur toutes les surfaces chez les convalescens. Qui ne sait, en effet, que les effluves marécageux, les miasmes dégagés des matières organiques en putréfaction, des masses d'hommes entassés, et, en un mot, de tous les foyers infects qui agissent sur nous par voie d'absorption, empoisonnent beaucoup plus facilement les convalescens que les hommes en parfaite santé? Qui n'a observé la constipation, à laquelle ils sont très-sujets, la soif, qui est souvent intense chez eux et qu'ils éprouvent surtout après le sommeil? Cette dernière observation milite en faveur de l'opinion de notre illustre *Bichat*, qui disait que la vie organique acquiert un nouveau degré d'énergie pendant le repos des fonctions de la vie de relation : *sommus labor visceribus.* (*Hippocrate.*)

L'œdème des pieds et des jambes, symptôme qui affecte très-souvent les convalescens, pourrait au premier abord faire douter de l'activité de l'absorption chez ces derniers. Mais qu'on y réfléchisse, et l'on sera bientôt convaincu que l'atrophie musculaire et la faiblesse de la circulation veineuse sont les seules causes de ce phénomène. L'ascension du sang dans les veines des membres abdominaux n'est plus aidée, comme chez l'individu en pleine santé, par la contraction et la tonicité de la fibre musculaire, affaiblie et atrophiée qu'elle est après les maladies qui ont porté une atteinte profonde aux forces vitales : et l'on sait que c'est surtout à la suite des affections typhoïdes que cette infiltration séreuse se montre le plus souvent. Cette stase dans la circulation, qui doit encore être augmentée par le relâchement des parois des veines, empêche nécessairement les radicules absorbantes de ces vaisseaux de s'emparer de la sérosité, qui, en raison de la faiblesse des tissus, a été entraînée par la pesanteur. Aussi, comme je le dirai plus tard, l'exercice, en rendant aux muscles la faculté contractile qu'ils ont perdue, pourra seul faire disparaître cet engorgement.

La circulation, la respiration et la calorification sont trois fonc-

tions si dépendantes entre elles, tellement liées par leur but commun, que la faiblesse de l'une doit nécessairement exister avec la faiblesse de l'autre ; et l'observation clinique confirme cette donnée de la physiologie. C'est, en effet, à côté d'un pouls lent et mou, de jambes infiltrées, que l'on rencontre une sensibilité extrême à l'impression du froid, une voix grêle, des paroles lentes, et une expectoration difficile Aussi l'éternuement, regardé à juste titre comme d'un très-bon augure, se montre-t-il très-rarement au commencement de la convalescence. On voit, à la vérité, quelques convalescens chez lesquels le pouls est fréquent à un tel degré, qu'il faut avoir vu disparaître tous les autres symptômes pour ne pas le regarder comme fébrile; mais je ne crois pas que ce phénomène, qui s'observe chez les femmes et les individus d'un tempérament nerveux, puisse coïncider avec les symptômes thoraciques dont je viens de parler.

La couleur grisâtre des matières fécales, qui sont en même temps sèches et dures, s'observe presque constamment chez les convalescens, et indique évidemment une diminution de la sécrétion biliaire. Ce symptôme ne serait-il pas une nouvelle induction vers l'opinion des physiologistes qui attribuent au foie différentes fonctions, et qui le regardent surtout comme un organe propre à l'hématose? On pourrait dire, en raisonnant d'après cette hypothèse, que pendant la convalescence, lorsque le mouvement nutritif de composition l'emporte tant sur celui de décomposition, presque tout le sang qui arrive au foie par la veine-porte est élaboré par cet organe, et transmis ensuite à la circulation générale pour fournir au rapide accroissement que le corps nous offre alors ; or, comme il y reste très-peu de sang pour fournir aux matérieaux de la bile, ce fluide doit être sécrété en petite quantité.

Certains auteurs prétendent que la sécrétion du sperme est très-active dans la convalescence, et, si l'on en croit *Adolphi*, plusieurs individus qui depuis long-temps n'étaient plus aptes aux plaisirs vénériens auraient recouvré cette faculté après une grave maladie. Je ne crois pas que l'on puisse juger de la quantité du sperme sécrété par

la propension plus ou moins grande aux plaisirs de l'amour; car cette propension est certainement produite par l'irritabilité nerveuse des convalescens, et ne prouve nullement que la sécrétion spermatique soit alors plus active que dans la santé parfaite : il faut très-peu de sperme dans les vésicules séminales d'un homme adonné à la masturbation pour provoquer chez lui des idées lascives; or, ne sait-on pas combien est irritable le système nerveux des individus entraînés par ce vice ridicule? Cette activité dans la sécrétion spermatique, contredite par tous les mouvemens organiques, qui tendent alors vers la nutrition, n'est donc rien moins que prouvée; et l'on possède d'ailleurs plusieurs exemples de convalescens morts subitement pendant l'acte de la copulation.

L'apparition des menstrues est, à juste titre, regardée comme un très-bon signe dans la convalescence; car l'état physiologique des fonctions de l'utérus indique presque toujours un état semblable de tout l'organisme, chez les femmes encore soumises à l'empire de cet organe.

Quelquefois on observe des sueurs pendant la nuit. Ce symptôme, qui ne paraît pas fâcheux lorsqu'il n'est pas poussé trop loin, existe presque toujours dans la convalescence de la variole, et doit alors être considéré comme une crise favorable. Il en est de même des sueurs qui se montrent dans celle des fièvres intermittentes; ces dernières paraissent à la même heure que les accès de la fièvre avaient habitude de se montrer.

L'ouïe est souvent diminuée, quelquefois même anéantie à la suite des inflammations encéphaliques, des affections typhoïdes. On regarde comme un très-bon signe, que l'olfaction, qui a toujours disparu dans les maladies graves, reprenne sa sensibilité accoutumée.

Autant la faiblesse de tous les organes est grande chez le convalescent, autant est exaltée l'irritabilité de son système nerveux; et si nous examinons les fonctions de l'encéphale, nous les trouverons aussi en

proie à une grande faiblesse. Incapable d'une attention soutenue et du moindre travail intellectuel, les perceptions du convalescent sont lentes, sa mémoire infidèle; il compare lentement ses idées, les lie avec la plus grande difficulté, et se trompe souvent dans ses jugemens; les forces vitales ont alors abandonné le cerveau pour se fixer sur les organes de la vie nutritive. Mais de toutes les facultés intellectuelles, l'imagination est celle qui reprend la première son activité. Échappé aux périls d'une grave maladie, et plein d'espérance, le convalescent croit naître une seconde fois, il est avide des jouissances que la vue des beautés de la nature lui fait éprouver, et se livre souvent à la douce mélancolie que lui inspire cette contemplation.

On conçoit facilement que le sommeil, ce repos, cette intermittence d'action de la vie animale, doit être plus général et de plus longue durée pendant la convalescence que dans l'état de parfaite santé. Un sommeil partiel et peu prolongé est toujours un mauvais signe, et je ne sais si l'on ne s'est pas abusé quand on a dit que l'insomnie était produite par la faiblesse, à moins toutefois que l'on ait employé le mot *faiblesse* comme synonyme de *souffrance*, de *douleur*. Le médecin doit diriger alors son attention à la recherche des signes d'une indigestion, d'un exercice trop prolongé, d'une affection morale, quelquefois même de la maladie précédente passée à l'état chronique, ou de tout autre désordre fonctionnel, et il parviendra toujours à découvrir la cause d'un symptôme aussi fâcheux.

La plupart des signes que je viens d'exposer existent dans toute convalescence; néanmoins le tempérament, le sexe, l'âge, et surtout la nature de la maladie précédente, occasionent souvent d'autres phénomènes qui viennent compliquer les premiers et donner à la convalescence une physionomie toute spéciale. Aussi est-il vrai de dire qu'il existe autant d'espèces de convalescences qu'il y a d'espèces de maladies. Je vais examiner les plus remarquables de ces complications.

Les maladies inflammatoires aiguës donnent lieu, le plus souvent,

à des convalescences moins longues et plus solides que celle des affections essentiellement débilitantes. Mais certaines phlegmasies cutanées laissent après elles les prédispositions les plus graves : c'est ainsi que l'on voit l'influence du froid aggraver la bronchite qui succède à la rougeole, occasioner des pneumonies mortelles, et chez les sujets prédisposés, des phthisies pulmonaires ; que la même cause, et surtout l'influence des variations de la température, déterminent une ascite, une anasarque à la suite de la scarlatine. Les sueurs qui accompagnent la convalescence de la variole, et qui durent pendant plusieurs semaines, doivent toujours être protégées ; l'on doit tout faire pour éloigner les causes qui pourraient les supprimer, et déterminer ainsi une funeste rétrocession.

La convalescence des fièvres intermittentes se fait remarquer par un teint pâle et la bouffissure de la face, des sueurs débilitantes, un œdème des extrémités inférieures, un état général de cachexie, et surtout par un engorgement de la rate ou des autres viscères abdominaux. Je dois signaler ici les admirables effets thérapeutiques de la plus belle des conquêtes de la chimie ; je veux parler du sulfate de quinine. J'ai vu à l'Hôtel-Dieu, dans les salles de M. *Bailly*, des engorgemens de la rate qui rendaient cet organe tellement volumineux qu'il remplissait les deux tiers de la cavité abdominale, disparaître, comme par enchantement, après dix à quinze jours de l'administration de ce médicament précieux.

Si nous examinons maintenant la convalescence des affections typhoïdes, nous la verrons aussi différer des autres par un état de langueur et de faiblesse portées au plus haut degré. Elle est souvent accompagnée de diarrhée, de coliques, d'indigestions, de céphalalgie, symptômes qui indiquent un état de langueur dans les organes de la digestion. Ils doivent, par conséquent, rendre le médecin très-circonspect sur l'usage des alimens, et l'engager à choisir ces derniers parmi les substances les plus faciles à digérer, et qui contiennent le moins de résidu excrémentitiel.

De cet exposé succinct de l'état physiologique du convalescent, découlent naturellement l'emploi et le choix qu'il doit faire des nombreux agens de l'hygiène, et les diverses modifications qu'il doit leur faire subir pour mettre leur action en rapport avec ce même état physiologique. Je vais passer en revue ces divers agens, en suivant la belle classification du célèbre *Hallé*.

Circumfusa. L'air atmosphérique, ce premier aliment de tous les êtres organisés (*pabulum vitæ*), joue un très-grand rôle dans l'étiologie des maladies, et devient nuisible aux animaux, 1°. par la plus ou moins grande quantité de calorique et de lumière qu'il contient; 2°. par son état plus ou moins hygrométrique; 3°. comme véhicule des effluves marécageux, des émanations des corps organisés morts ou vivans, et de toutes les autres molécules délétères.

L'excès et la trop faible quantité du calorique contenu dans l'air deviennent également nuisibles aux convalescens. La première de ces causes, en stimulant trop fortement les organes et en activant les sécrétions, plonge l'économie dans un état de collapsus, suite toujours nécessaire d'une trop grande excitation; le froid refoule les fluides vers les viscères, empêche la transpiration cutanée insensible, et ne peut qu'augmenter la faiblesse du convalescent, chez lequel il ne peut se faire de réaction. Aussi, comme je l'ai déjà dit, est-ce surtout après les fièvres exanthématiques que cette dernière influence doit être soigneusement évitée. L'air chargé d'une trop grande quantité de vapeur d'eau leur est aussi très-nuisible; il relâche et ramollit les solides, s'oppose à la transpiration, parce qu'il ne peut évaporer les liquides déposés par elle sur la surface cutanée, et devient, comme le froid, une cause de l'affaiblissement de l'organisme. L'air privé d'humidité, au contraire, favorise les sécrétions, et doit être regardé, lorsqu'il contient en même temps une certaine quantité de calorique et de lumière, comme le plus convenable à la convalescence.

Il résulte de ces considérations que, des divers états de l'air atmo-

sphérique produits par les différentes proportions de ses élémens, le chaud et sec sera le plus propre à la marche rapide de la convalescence ; que le froid et sec, le chaud et humide, le froid et humide devront être éloignés par les moyens de l'hygiène, et que l'on devra faire habiter les convalescens dans des lieux situés hors des grandes villes, autant que cela sera possible, un peu élevés, abrités des vents du nord et de l'ouest, et inclinés au sud-est. Ils s'exposeront chaque jours, pendant deux ou trois heures, aux rayons du soleil, dans le milieu de la journée au printemps, et matin et soir en été. La chambre du convalescent sera placée à un étage élevé, et aura sa fenêtre exposée au sud-est; elle sera garnie d'un tapis de pieds ; l'air y sera fréquemment renouvelé, et l'on y entretiendra pendant l'hiver douze à quinze degrés de chaleur. Il devra surtout s'éloigner des marais, des étables, des écuries, des marchés aux poissons, des terres nouvellement défrichées, lieux où se dégagent une grande quantité de gaz hydrogène carboné, sulfuré, et de gaz acide carbonique.

Applicata. Les mêmes causes indiquées dans le paragraphe précédent doivent engager les convalescens à se vêtir avec des tissus mauvais conducteurs du calorique, et qui absorbent facilement la matière de la transpiration : ils se serviront, par conséquent, de vêtemens de laine, qu'ils appliqueront immédiatement sur la peau. Cela doit être observé surtout après la rougeole et les maladies de poitrine. L'enflure œdémateuse des membres abdominaux, si commune dans les convalescences des fièvres intermittentes, des maladies muqueuses et typhoïdes, sera combattue avec succès par un bandage roulé qu'ils se feront appliquer immédiatement après le retour de la promenade, et qu'ils quitteront au moment où ils se livreront à cet exercice. Ils ne commenceront à employer ce bandage que lorsqu'ils seront assez forts pour se livrer un peu à la marche : je crois que ce moyen serait, avant ce temps, plus nuisible qu'utile, parce que l'atrophie des muscles, principale cause de cette infiltration, persistant

toujours, la compression ne pourrait qu'augmenter cette atrophie, et rendre conséquemment la convalescence beaucoup plus longue. Ils se muniront de bas de laine et de chaussures imperméables, afin d'éviter l'humidité des pieds, qui devient chez eux une cause fréquente de catarrhes.

Les lits composés avec la plume sont toujours nuisibles : ils ne peuvent qu'affaiblir le convalescent et irriter son système nerveux, en occasionant d'abondantes transpirations. Les couvertures trop épaisses ont le même danger. On n'entretiendra point autour du lit une atmosphère viciée par la respiration au moyen des alcoves et des rideaux, qui s'opposent au renouvellement de l'air.

On emploiera avec beaucoup d'avantage le bain tiède dans la convalescence des maladies exanthématiques, où il procure la détersion de la peau. Il sera surtout très-utile dans les saisons et les climats chauds, et rendra la peau plus perméable, et la perspiration plus facile, en enlevant la matière onctueuse qui s'amasse sur l'épiderme. La faiblesse des organes digestifs, et l'imperfection de la nutrition seront combattues avec succès par l'usage des bains d'eau légèrement tiède, suivis de frictions faites avec la main, une brosse ou une flanelle. Ce moyen produit chez le convalescent le même effet que le bain froid chez l'homme en santé ; il provoque, en stimulant directement la peau, une excitation sympathique de la membrane muqueuse des voies digestives, et concourt ainsi puissamment à l'accomplissement de la digestion. On l'essaiera donc, quand on verra une pesanteur épigastrique, un météorisme de l'abdomen, et un dégagement considérable de gaz par la bouche, produits par l'introduction dans l'estomac d'une petite quantité d'alimens. L'usage du bain tiède sera aussi très-favorable à la suite des affections nerveuses qui ont produit un état de sécheresse, de ridigité dans les tissus.

L'expérience prouve que la section des cheveux faite trop tôt chez les convalescens les expose à des coryza, à des ophthalmies, à des

céphalalgies, et même à des récidives. Les cheveux, en effet, sont alors un vêtement très-utile, qui favorise quelquefois une dépuration salutaire établie vers le cuir chevelu, et dont la brusque disparition pourrait être suivie des plus funestes résultats. On ne laissera donc raccourcir leur chevelure que lorsqu'ils approcheront de la parfaite santé.

Ingesta. Les substances alimentaires accordées aux convalescens doivent toujours être proportionnées par leur qualité et leur quantité au degré de force des organes digestifs : c'est surtout à la suite des maladies longues et qui ont affecté le canal intestinal qu'elles seront données peu à peu et en petite quantité à la fois. Il vaut mieux que le convalescent fasse dix repas par jour, si cela est nécessaire, et qu'il ne prenne qu'une très-petite quantité d'alimens à la fois; car l'estomac surchargé d'alimens ne peut les digérer; ils éprouvent dans cet organe une fermentation qui les rend irritans, et provoque une indigestion des plus dangereuses. Il arrive quelquefois que l'estomac se refuse à digérer la plus petite quantité d'alimens, quelle qu'en soit d'ailleurs la nature. On peut très-bien comparer l'état de cet estomac à celui de la rétine d'un homme qui a séjourné long-temps dans les ténèbres, et dont l'œil, frappé de nyctalopie, éprouve de vives douleurs et en provoque même de sympathiques, lorsqu'il commence à être traversé par une lumière plus intense. Que l'on continue, en effet, à donner au convalescent la même quantité d'alimens, malgré les désordres qu'elle occasione, et l'on verra que l'estomac s'habituera bientôt à leur contact, que ces désordres disparaîtront complètement et qu'ils seront remplacés par une digestion plus prompte et plus facile. On ne doit donc pas prescrire un régime trop sévère, qui ne ferait qu'entretenir la diathèse séreuse, et prolonger beaucoup la convalescence : les deux extrêmes doivent être également évités. La quantité des alimens sera progressivement augmentée, et l'on passera des plus légers aux plus solides, au fur et à mesure que l'on verra les

organes digestifs prendre de l'énergie. On les diminuera, au contraire, lorsqu'ils occasioneront les symptômes dont j'ai parlé. Cette augmentation progressive des alimens doit être plus prompte chez les enfans et les jeunes gens que chez les adultes et les vieillards, leurs organes digestifs étant toujours plus actifs. Je vais examiner les diverses substances nutritives qui conviennent le mieux aux différentes époques de la convalescence; mais l'on doit être averti que ce n'est le plus souvent que par des tâtonnemens, et en consultant l'idiosyncrasie du sujet, que l'on peut parvenir à connaître le genre d'alimentation le plus convenable.

Les alimens presque entièrement composés de fécule sont donnés avec le plus grand avantage au début des convalescences succédant aux maladies aiguës, parce qu'ils sont d'une facile digestion, et qu'ils contiennent beaucoup de matières nutritives sous un petit volume; tels sont les crèmes de riz et d'orge, le sagou, le salep, la semoule, le vermicelle, et toutes les autres fécules plus ou moins unies à d'autres principes immédiats. Mais on évitera soigneusement les alimens féculens qui contiennent des parties extractives et colorantes, tels que les pois, les haricots, les gesses, les lentilles, les fèves de marais, ces principes insolubles les rendant tout à fait réfractaires à l'action de l'estomac. On attendra que cet organe ait recouvré un peu de force avant de permettre le pain de froment, qui, à cause du gluten et du muqueux qu'il contient en assez grande quantité, pourrait être d'une digestion un peu pénible au commencement de la convalescence.

Le lait doit être considéré comme l'aliment qui réunit le mieux la propriété sédative à celle de nourrir beaucoup, car le caséum contient beaucoup d'azote, comme les viandes, et ne produit pas, comme ces dernières, une forte excitation. Aussi est-ce surtout à la suite des névroses, des maladies spasmodiques et ataxiques, et dans toutes les convalescences où existe une grande irritabilité du système ner-

veux, que ce premier aliment de l'enfance sera donné avec le plus grand avantage. On le donnera sans mélange d'autres substances jusqu'à ce que, la sensibilité de l'estomac étant émoussée par l'habitude, cet organe ne réagira plus sur cet aliment peu excitant; et c'est alors qu'on pourra très-bien le mélanger au chocolat, car il est d'observation que le chocolat peu facile à digérer lorsqu'il est seul, le devient au contraire lorsqu'il est uni au lait, en donnant au mélange une propriété légèrement stimulante. Les œufs mous sont encore très-nourrissans et de la plus facile digestion.

On choisira parmi les viandes celles qui sont à la fois riches en principes réparateurs et faciles à digérer. Ces deux qualités sont réunies au plus haut degré dans les animaux à chair blanche et assez âgés pour que la gélatine et la fibrine soient perfectionnées, comme les jeunes volailles, les lapreaux, les perdreaux; et parmi les poissons, dans les merlans, les limandes, les soles, les anchois frais, la perche, la truite. Les chairs d'animaux trop jeunes, qui contiennent de la gélatine et de la fibrine à demi-formées, avec une grande quantité de mucilage, comme dans les cochons de lait, les agneaux, les chevreaux, les jeunes veaux, sont d'une digestion trop difficile, et exercent une action trop relâchante sur l'organisme, pour qu'on puisse les prescrire aux convalescens. On cessera, d'ailleurs, de donner toute espèce de viande aussitôt que l'on s'apercevra que leur digestion ne peut se faire sans désordres fonctionnels; et l'on cherchera alors à ranimer les forces par de bons bouillons, des consommés chargés d'osmazôme, principe éminemment nutritif, qui, introduit dans l'économie, produit une impression stimulante sur tous les organes, et accélère leur mouvement d'assimilation. Mais aussitôt que l'on aperçoit une nouvelle énergie dans les fonctions digestives, on doit composer le régime du convalescent de viandes plus riches en principes réparateurs que celles dont je viens de parler, telles que les chairs colorées de bœuf, de mouton, de canard, de pigeon, d'oie, etc.; ces alimens, convenablement digérés, feront promptement dispa-

raître la faiblesse et la diathèse séreuse, et hâteront le retour à la santé.

Excreta. La libre et régulière évacuation du produit excrémentitiel des diverses sécrétions, lorsqu'elle est circonscrite dans de justes bornes, est chez les convalescens une des principales conditions du rétablissement de la santé; et les effets de la perturbation de ces fonctions sont alors des plus funestes, en raison de l'affaiblissement de tout l'organisme et de son défaut de réaction. La constipation est, comme je l'ai déjà dit, un très-bon signe, puisqu'elle indique l'activité avec laquelle les absorbans du tube intestinal puisent dans les alimens chylifiés tout ce qui peut servir à la nutrition. Si néanmoins les excrétions alvines éprouvaient un retard assez long pour donner des inquiétudes, on tâcherait de faire cesser cet état en donnant quelques lavemens d'eau de lin, et surtout en ayant soin de faire entrer dans le régime du convalescent quelques alimens relâchans. On doit avoir recours aux laxatifs, lorsque cela ne suffit pas. Mais ce n'est que rarement et qu'avec circonspection que l'on doit user de ce moyen; car la diarrhée, qui pourrait en être le résultat, présente alors un tout autre danger que la constipation; elle ne peut qu'entraîner au dehors la plus grande partie des élémens chyleux contenus dans la masse alimentaire, et jeter par conséquent le convalescent dans un état d'abattement et de langueur, dont on ne le releverait qu'avec beaucoup de temps et de soins. C'est par la même raison que l'on aura recours aux médicamens faiblement astringens, et que l'on devra diminuer la quantité des alimens, aussitôt que l'on observera des selles liquides.

Gesta. Les bons effets de l'exercice sont consacrés par l'observation de tous les temps. L'inaction prolongée atrophie les muscles, affaiblit les fonctions assimilatrices, rend les digestions pénibles, augmente l'irritabilité et la mobilité du système nerveux, concentre

les fluides vers les viscères, et détériore bientôt la santé; tandis qu'un exercice convenable donne à tous les tissus une douce stimulation, favorise la respiration, en renouvelant, au moyen des secousses qu'il communique aux parois thoraciques, l'air stagnant dans les vésicules pulmonaires, développe la chaleur animale, active la circulation et les sécrétions, et rétablit l'équilibre de l'économie, en attirant vers la périphérie l'excitation, qui, pendant le repos, tend sans cesse à se concentrer sur le système nerveux. C'est ainsi que l'on peut s'expliquer les bons effets de l'exercice le plus actif et qui exige une forte contraction musculaire dans le traitement de certaines névroses. Les convalescens reçoivent, par conséquent, l'influence la plus avantageuse de la part de cet agent lorsque l'intensité et la durée de son action est proportionnée à l'état des organes aux diverses époques de la convalescence.

L'exercice actif dans lequel le corps est mu par la contraction de ses muscles ne peut convenir au commencement de la convalescence, et ne doit être essayé que lorsque le convalescent aura acquis un certain degré de force; car l'effort musculaire qu'il nécessite occasionerait alors des lassitudes, et par suite une insomnie très-opiniâtre. C'est ce sentiment de lassitude que les convalescens désignent par le nom de *faiblesse*, quand ils disent qu'ils ne peuvent dormir, parce qu'ils ressentent de la faiblesse dans les membres; mais qu'est-ce que ce sentiment de faiblesse, sinon de la douleur? L'exercice passif, c'est-à-dire celui dans lequel le mouvement est transmis par une force étrangère, convient, au contraire, dans les premiers jours de la convalescence, parce qu'il n'exige aucun effort, et qu'il produit des effets salutaires sur l'organisme, par les secousses plus ou moins fortes qu'il lui communique. L'on choisira, parmi les différentes espèces de gestations, celles qui demandent le moins d'action musculaire, et qui ne transmettent pas des secousses trop brusques, telles que la promenade en voiture sur un sol non pavé, etc. Les convalescens doivent se livrer à la marche aussitôt qu'ils auront assez de forces pour la soutenir.

Elle sera modérée, peu prolongée, interrompue par gradation, et jamais brusquement. Ils éviteront surtout de la porter jusqu'à la fatigue, car elle perdrait alors son influence salutaire et produirait les désordres dont j'ai parlé. Cet exercice sera pris sur un sol élevé, bien aéré, et sous l'influence des rayons du soleil. Ils doivent avoir soin d'enlever, avec des linges secs, la matière de la transpiration aussitôt qu'elle est déposée sur la surface cutanée, afin d'empêcher un refroidissement subit de la peau, qui provoquerait une irritation sympathique de la muqueuse bronchique chez les sujets prédisposés.

Percepta. Les travaux du cabinet, et toutes les fortes contentions de l'esprit ne peuvent avoir qu'une fâcheuse influence sur les convalescens : ils ralentissent les fonctions de la vie nutritive, en concentrant vers l'encéphale une grande somme d'innervation, et doivent être considérés comme d'autant plus nuisibles à cet état de l'organisme, qu'il résulte de l'observation, que les travaux intellectuels impriment au physique un état de faiblesse de tous les organes, et de susceptibilité nerveuse, semblable, jusqu'à un certain point, à l'état de convalescence. Comparez, en effet, cet homme de cabinet dont le teint est blême, les chairs flasques, les muscles peu prononcés, et chez lequel la plus légère influence ébranlera le système nerveux, avec ce grossier athlète, aujourd'hui convalescent, mais dont la face était naguère rubiconde, les muscles saillans, et la susceptibilité nerveuse des plus obtuses; et voyez si, sous le rapport physique, la différence entre ces deux hommes n'est pas beaucoup diminuée. Sans doute, cet état persistera chez l'un et cessera bientôt chez l'autre; mais la cause n'est pas la même : la faiblesse musculaire et la susceptibilité nerveuse du second ne peuvent être entretenues, puisque la maladie n'existe plus; tandis que, chez le premier, cette susceptibilité est alimentée par l'observation, et les forces physiques sont sans cesse consumées par le feu du génie.

Les émotions morales, tristes ou gaies, lorsqu'elles ont une grande

intensité, sont toujours nuisibles pendant la convalescence, en transmettant à l'économie des secousses qui sont en raison de son impressionnabilité et de sa faiblesse. Les passions tristes, quel que soit d'ailleurs leur degré d'intensité, sont celles dont l'influence doit être le plus soigneusement évitée. Elles arrêtent la circulation capillaire, refoulent le sang dans les viscères, concentrent l'irritation vers l'épigastre, et peuvent produire des spasmes et des tétanos, même mortels. Les passions gaies, au contraire, lorsqu'elles sont modérées, épanouissent les forces vitales, favorisent la circulation capillaire, activent la respiration, la circulation, et font éprouver un sentiment de bien-être à toutes les parties de l'organisme. Mais ces diverses affections de l'âme sont les agens de l'hygiène les plus difficiles à diriger, et cette branche de la thérapeutique exige toute la sagacité du médecin philosophe. Il ne pourra se promettre le succès d'une pareille médication, que lorsqu'il se sera emparé de la confiance et de l'affection de l'homme souffrant, et qu'il aura pénétré assez avant dans son âme pour lui faire exhaler ses plaintes, et raconter l'histoire de ses malheurs. C'est avec ce puissant médicament qu'il pourra étudier le langage le plus propre à parler au cœur du convalescent, opposer à ses souffrances morales de douces consolations, faire planer son courage au-dessus de ses malheurs, et porter avec succès le baume de l'espérance sur l'ulcère de ses douloureux souvenirs. Il engagera les personnes qui entourent le convalescent à avoir pour lui des prévenances délicates et des soins affectueux, à lui présenter des distractions agréables, des jeux, des spectacles variés. Les convalescens, dont l'esprit est agité par des passions tristes et violentes, peuvent éloigner leurs chagrins par la culture de la musique et la lecture des poètes. La musique tient le milieu entre les exercices du corps et ceux de l'esprit : elle est utile à l'un, en chassant l'ennui et les pénibles regrets, et à l'autre par le doux exercice qu'elle exige. La lecture des grands poètes donne à l'âme de la noblesse et de la force; elle baigne le cœur dans la volupté la plus pure et la plus

douce, et y laisse toujours un germe de félicité. Aussi, les rapports entre la médecine, la musique et la poésie, n'échappèrent point au génie de l'ancienne Grèce : sa riche imagination attribua l'invention de ces trois arts au dieu du soleil, et l'oracle d'Epidaure était fils d'Apollon.

FIN.

HIPPOCRATIS APHORISMI.

I.

Æstate et autumno cibos difficillimè ferunt : hyeme facillimè, deindè vere.

II.

Non satietas, non fames, neque aliud quicquam bonum est, quod supra naturæ modum fuerit.

III.

A longo tempore consueta, etiamsi fuerint deteriora, insuetis minùs turbare solent ; oportet igitur ad insolita se vertere.

IV.

Morbi autem quilibet fiunt quidem in quibuslibet anni temporibus ; nonnulli verò in quibusdam ipsorum potiùs et fiunt, et exacerbantur.

V.

Lassitudines sponte obortæ morbos denuntiant.

VI.

Attenuata longo tempore corpora lentè reficere oportet ; quæ verò brevi, celeriter.